

〔研究ノート〕

# 幼児期の運動遊び，児童期の体育が 成長に与える影響

富 本 靖

Impacts of Physical Education Play on Pre-school Children's Growth and  
of Physical Education on School-Age Children's Growth

Yasushi Tomimoto

## Abstract

From early to late childhood the brain and nervous system undergo significant development. Researchers believe that 80% of the basic structures of the system are completely developed by the age of five and about 100% by the age of twelve. It has also been noted that mental development happens in tandem with physical development. However, this development does not happen in isolation. Rather, it is acquired through involvement with other children, and through external information and exogenous stimuli. If children are not able to achieve sound physical growth in their childhood, they will have various physical problems in the future. More specifically, they may suffer from locomotive syndrome later in life.

The significance of physical education play by pre-school children as well as physical education for school-age children lies in the children's acquisition of physical ability commensurate with their age. If they successfully acquire this ability, this will make it more likely that the children will be physically healthy later in life.

In this context, the author calls attention to the tendency among children today to get less physical exercise than in the past, discusses the need for adults to stimulate children to engage in physical education play or physical education and to watch over them. It is most important to let children's instinctive urge for active play blossom.

The author proposes that families and schools work together to improve the circumstances at schools (including nursery schools, kindergartens, and elementary schools) and to be certain children partake of daily physical education. This, the author believes, contributes to the sound development of children's mental and physical health.

*Key words:* *physical education play* (運動遊び), *physical education* (体育), *outdoor play* (外遊び), *locomotive syndrome* (ロコモティブシンドローム), *sociality* (社会性), *cooperativeness* (協調性)

## はじめに

幼児期から児童期の運動遊びや体育は，楽しみながら身体を動かすことである。その目的は，運動遊びや体育を通して好奇心や，やる気，達成感，自信，集中力を育むと同時に，身体の健康を促進させ，運動機能を発達させることにある。幼児期から児童期は脳・神経系が急激に発達する大事な時期

である。そのため、五感を最大限に使いながら、手や足等の運動器官を動かしたり、体のバランスをとったり、様々な方向に移動したり、物を持ったり捌んだりするときの力の入れ具合の感覚をつかむといった日常生活を送る上での基本的な動きを習得することに適している。それゆえに、そうした脳や神経系の発育が著しい時期にできるだけ望ましい刺激を与える環境を整える必要がある。また、運動遊びや体育は、単に脳や神経を刺激するばかりでなく、感情のコントロールを活性化することが、近年明らかにされている。つまり、幼児期から児童期に楽しく運動遊びや体育を行うことは、「健やかな体」「豊かな心」を育むために必要なことである。

しかしながら、近年、子どもの運動遊びや体育における運動量が低下し、その時期に身につけなければならない社会性、集中力、感情のコントロール、協調性が低下している。

そうした原因となっているのが、子どもを取り巻く環境の変化である。高度成長期以前の時代には、子どもたちが集まって安心して遊べる環境が多く存在していた。そこで子どもだけのコミュニティが形成され、年齢の異なる子どもたちが共に遊ぶ中で「協調性」やルールを守る「社会性」を身につけていた。本来子どもは放っておいてもみんなで遊び回るものとの考えがあり、地域の大人は全員で子どもを見守っていた。しかし、価値観が多様化し、プライバシーや個人主義が重視されるようになり、人間関係が希薄となっている今の時代においては、遊びの場が屋外から屋内へと変化し、大人が意図的に運動の場を子どもに提供しなければならなくなっている。さらに、一人遊びはできてもみんなで群れて遊ぶことが苦手な傾向にあり、集団遊びがなかなか成立しない現象も起きている。

そこで本稿では、幼児期・児童期における身体活動、運動の現状と問題点を指摘して、幼児期・児童期に取り組ませるべき運動と、それを実践させる幼稚園・保育園（保育所）・小学校及び家庭でどのような取り組みを行う必要があるのかを論じることとする。

## 第1章 幼児期・児童期における身体活動、運動の現状と問題点

### 第1節 現在の遊びに関する問題点

「はじめに」でも述べたが、高度成長期以前の時代には子どもたちが独自のコミュニティを形成し、その中で協調性や社会性を育むと同時に、外遊び中心のため体力や運動機能の発達にも自然とつながっていった。そればかりではなく、「遊び」を自由に考え、実行することで創造性の向上にも役立っていた。しかし、今日、我が国は都市化や少子高齢化に伴い、社会環境や人々の生活様式は大きく変化し、価値観も多様化し、プライバシーや個人主義を重視するようになった。それは、子どもの「遊び」にも大きな影響を与えている。

1983年にファミコンが出始めたが80年代からのゲーム機の急速な普及により子どもの遊びが大きく変わった。外遊びが減り、室内での遊びが増えたということに加え、近年では安心して外遊びができる場所がなくなったことで室内での遊びを余儀なくされている状況や、習い事などにより遊びの時間そのものが減少しているということも大きく関係している。<sup>(注1)</sup>

との指摘がある。自分で創造する「遊び」からゲーム等に依存する「遊び」に代わり、「お稽古事」のために遊びそのものを行う時間さえ奪われている傾向にある。外遊びから得られるものは身体の発育ばかりではない。実際に身体を動かすことから、バランス感覚や「歩く」「走る」「跳ぶ」「持つ」「投げる」等の行為時の力の入れ具合の感覚を自然と身につけることができる。また、仲間と共に遊ぶこ

とで人間関係や社会でのルールをも身につけられるのである。

「お稽古事」の一つとして幼児教育、児童教育に取り上げられているリトミックや体操も確かに存在するが、果たして、予め作られたプログラムの元で行う活動が従来の「遊び」にすべて代用ができるのであろうか。体力の向上の点においては問題はないであろうが、本来の遊びで培われる「創造性」の育成については疑問が残る。そのような環境の中で、「友達同士で遊べない子」「運動嫌いな子」「年齢相応の身体の発達できていない子」も増えている。

## 第2節 生活環境が運動に与える問題

現代の日常生活ではあまり体を動かさなくてもよい。例えば、テレビはリモコンで操作できるためチャンネル変更もわざわざテレビの前に行く必要はなく、洗濯は洗濯機で行い、掃除は掃除機で行い、自動の掃除機ロボットまで登場しているのが現状である。近い将来ロボットが人間の手助けとして生活を支える日が到来することは、ほぼ確実なものとなっている。それゆえに、人間が昔ほど運動をする必要性もなくなってくると思われ、それが一般的なごく当たり前の生活となれば、幼児期から児童期にかけての運動についても、体力や運動機能の発達のために必要不可欠なものであることすら薄れてくるような時代になるのではないか。

合計特殊出生率の低下も、子どもが運動をする環境を整えることのできない理由の一つに挙げられる。2014年の出生率は1.42と、過去十年あまり変化はみられない。<sup>(注2)</sup> 2015年の夫婦共就業率は47.6%と上昇し約半数の現状になっている。<sup>(注3)</sup>

核家族化も進む中では、近所の子ども同士が自然と彼ら独自のコミュニティを構築することもできず、保育園（保育所）に子どもを預けることが必至となってしまう。そこで子どもたちのコミュニティは構築される可能性はあるが、様々な事件が多発している現在、子どもが巻き込まれることを危惧し保育園の責任管理上、子どもたちを自由に外遊びさせることが少ないのが現実である。

おもしろいことに、子どもたちはオトナがけむたがるような、ちょっときたない場所で遊ぶのが好きです。ゴミをすててある場所や、建築材料の廃材が置いてあるところなんか、子どもは大好きです。タタミや材木がたくさんすててあると、「これ、組み立ててみよう」というように、それがすぐに遊び道具になります。<sup>(注4)</sup>

70年代くらいまでは住宅地域に当たり前に存在した空き地も区画整理等によって姿を消し、居住している環境がどんどんと清潔になっていくと、子どもたちが本来遊び場所として利用していた空間もなくなってきた。同様に、すでに親世代に身についてしまった過剰なまでの衛生観念により、仮にそうした場所が存在していたとしても子どもたちの遊び場として避ける傾向にある。

## 第2章 運動遊びがもたらすもの

### 第1節 何故運動遊びが必要なのか

幼児期から児童期の幼稚園から小学校の間は、一生に一度の大切な時期で、脳や神経等の器官が著しく発達する。特に5歳頃までに成人の約80%、12歳ではほぼ100%ができあがるといわれている。<sup>(注5)</sup> その発達段階も年齢によって特徴的で、その目安を以下に引用する。

#### 〈2歳児の段階〉

2歳未満の幼児でも、登る、とびおる、押す、引く、ころがるなどの動作ができますし、このような動作を好みます。

#### 〈3歳児の段階〉

幼児があそびたいという気持ちを持ち、喜んであそぶことができるように、必要な材料とか用具をそろえて、先生も仲間入りをして、幼児たちに話しかけたり、働きかけることによって、あそびの発展が期待できる年齢です。このことは、先生が仲立ちになって、いろいろのあそびを経験していくうちに、お友達と一緒にあそぶことは楽しいことなんだということがわかってくる年齢です。

#### 〈4歳児の段階〉

1人あそびや、お友達どうしのあそびが多かった幼児はいろいろの面で経験を重ねているうちに、自己を主張しながらも、お友達を受け入れられるようになってくる年齢です。

#### 〈5歳児の段階〉

相手に対する思いやりや協調性が見られるようになってきます。つまり、集団の中で仲間意識が身についてきたわけです。幼児たちと問題点や反省点を話し合うことによって自主的に自分たちであそびを進めて行くという意識を持たせることが必要な年齢です。<sup>(注6)</sup>

このように、子どもは身体の発達と同様に心も発達していくのであるが、自然になされるものではなく、仲間同士の関わりあい等外部からの情報や刺激によって身につくものである。

幼児はあそびが好きというのは、「からだを丈夫にする」とか、「よい社会的習慣を身につける」などと考えているのではなくて、あそびを楽しむことが目的なのです。しかし、大人の側からしますと、幼児に対しては、人と人との交わり方や集団の中での果たさなければならない役割、責任などの社会的なルールを理解して、実践できるような社会的能力を身につけるように指導しているわけです。<sup>(注7)</sup>

現在、こうした環境がなくなってきたことが子どもの身体機能の発達の遅れの原因の一つであるともいわれる。それゆえにそれをサポートすることが「運動遊び」に求められる。

## 第2節 運動遊びを行う意義と成長に与える影響

上述したように、脳や神経等の器官の成長は5歳頃までに成人の約80%が完成してしまうといわれている。<sup>(注8)</sup> 運動を行うことで身体の発達の中でも、新陳代謝の向上、骨密度の上昇、造血作用、筋肉形成・増加、呼吸器や心臓の機能を高める等の基礎形成が養われる。しかし、この時期にこれらが未完成であると、順当な成長段階を経ず、将来的に身体に様々な影響が出てくる。具体的には「ロコモティブシンドローム」がその一例である。これは骨、関節、筋肉、神経等、身体を支えたり動かしたりする運動器に障害が起こり、自分で移動する能力が低下する等の症状が特徴で、高齢者や疾患のある人のものとして考えられていたが、近年では、幼少期の子どもにも広がっている。

園での散歩では近くの公園まで歩けず途中で座り込む、年長児になっても階段を一段ずつ送り足で降りる、段差もないようなところで転ぶ、転んだときに手が出ず顔から倒れこむなど、例をあげればきりが無い。<sup>(注9)</sup>

こうした事例から、バランス能力や筋力、反射神経が明らかに未発達であることが推測できる。幼

幼児は生活習慣の基本となることを身につけていく時期であり、食事や排泄、服の着脱等の行動はすべて運動技能が関与していることになる。就学後の身体の成長と密接に関係することを考えれば、年齢に見合った身体能力を身につけることが運動遊びの意義なのである。文部科学省が、

幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計 60 分以上、楽しく体を動かすことが大切です！(注 10)

と掲げているとおり、遊びを通して、走る、跳ぶ、打つ、擱む、立つ、座る、転がるといった基本動作を身につけることによって、敏捷性、ケガの回避の仕方、バランス感覚等も自然と学ぶことにつながるのである。

就学後の 9 歳頃には、敏捷性と深い関わりのある神経系の働きが最も伸びを示し、10 歳頃までには、反射神経等の能力が完成するといわれている。それゆえに、9 歳から 12 歳までを「ゴールデン・エイジ」と呼び、アスリートを目指す児童にとっては基礎を築くために重要な時期である。つまり、運動機能の上達には、年齢ごとの身体の発達に基づいたトレーニングを行うことがその後の成長に大きな違いをもたらす。しかしながら、運動機能の向上だけを求め、成長に応じたトレーニングを無視すると、逆に、身体の発達に障害を起こしたり、大きな怪我を引き起こしたりする原因となる。

すべての幼児・児童がアスリートを目指すわけではないが、先に引用した、すぐ座り込むような子どもは、就学後の教育現場においても活動に対応していくことができないと十分に予測できる。それを回避するためにも、幼児期から「遊び」を通じて、運動や、友達とのふれあいの重要性を楽しみながら行うことで自然な形で運動機能を身につけることができるのではないだろうか。

高度成長期前の昭和の時代のように、自由な外遊びができる環境が激減している現状において、それに代わるものを親あるいは幼稚園が子どもに提供していく必要がある。

### 第 3 章 幼児期・児童期に取り組ませるべき運動とは

#### 第 1 節 家庭における取り組み

家庭とは子どもにとって最も身近なコミュニティであり、社会生活を営んでいくために必要な最低限のルールやマナーを身につける場所でもある。同時に、スキンシップを通じて親や兄弟姉妹からの愛情や「守られている感」を肌で知り信頼関係を築きながら、自分の思いを主張し、逆に他者の気持ちを理解させる能力を身につけさせるのも家庭に課せられた大きな役割といえるのではないか。

それを実現するためには家庭では親や兄弟姉妹との身体を使った遊びが大変に重要になり、それが結果的に子どもの身体機能の発達を促すことにもつながるのである。特に身体を自由に動かすことのできない乳児期においては発達を促すよう、大人が笑顔で語りかけながら抱っこをしたりあやしたりすることで、身体を使って楽しく遊ぶことから対人関係の大切さを学んでいくのである。

自我の発達する 1 歳から 3 歳頃は、その自我を家族全員が受け止めながら子どもの世界を共有することが求められる。この時期の子どもは周囲からかまってもらいたいという気持ちに溢れ、自らの能力を認めてほしがる時期で、体全体を使って例えば、高い所から飛び降りる、ボールを蹴る、動物の真似をする、テレビ番組のヒーローのポーズをとったりする。保護者に、「よくできたね」「すごいね」と褒めの言葉掛けを受けながら遊びを通して自我が拡大し、子どもの基礎的な体力や運動能力を身につける大切な時期でもある。

しかし、ときに自分の身体能力に見合わない危険なことを行う可能性もある。それゆえ大人は、安



全には十分に配慮し、子どもが達成感と満足感を実感するまで遊びに付き合うことが子どもの心と身体の成長にとって大切であることを十分に理解しなければならない。また、大人の目線で「危ないからやってはだめ」「忙しいからあとにして」といった何気ない一言が、子どもの成長を妨げてしまう要因になることにも気がつくべきである。

## 第2節 幼稚園、保育園（保育所）での取り組み

上述したように、現在の幼児は、自然と外遊びができる環境が大きく減少し、少子化の影響から多くの友達と一緒に思い切り遊ぶことができなくなってしまった結果、心身の発達に大きな問題が発生しているのが現状である。そうであれば、同世代の幼児を多く預かり保育を行う幼稚園、保育園（保育所）がこうした子どもの心身の発達を助長していく役割を担っていくことが重要である。つまり、仲間との交流を通じた体験をさせるのが一番大切なことである。

仲間と交流するということは、体が触れ合い体温や体臭を感じる、目と目を見合やす、友達の声が聞こえる、自分の声で応答する、初めてのことへの不安やうれしさや驚きを共有する、など身体感覚的・情緒的な経験である。<sup>(注11)</sup>

こうした経験を積ませていくことが、家庭ではできない幼稚園、保育園の存在意義である。先述した、お稽古事の一つとしての体操やリトミックはプログラムに則した形での運動であり、幼児期に重要とされる様々な運動を幅広く経験することとはまた異質のものである。必要なことは、子ども一人ひとりが興味をもち行いたいと欲する様々な運動を楽しみながら経験することで、身体能力を高めていくことにある。

以上をふまえると、保育者に求められるものは以下のように要約できる。

保育者は、子どもを引きつけ魅力ある環境を意図的に構成することが求められる。<sup>(注12)</sup>

関心ももてない運動を子どもに強制するのではなく、子どもが自らやってみたい、また仮にできなくてもどのようにしたらそれが達成できるのかを考える、あるいは、その運動を自らカスタマイズして楽しみながらできるような環境づくりが必要なのである。また、発達段階の違い等によって、それぞれの運動を行う際に早くコツをつかめる子どもとなかなかコツをつかめない子どもが存在する。その際、できない子どもに対して、「できない子」と判断してしまうのではなく、できることを繰り返して楽しませることによって子どものモチベーションを上げるように努めることで徐々にその子の行動の質を高めながら、到達目標に達するような支援も重要である。また、発達の違いだけでなく子ども一人ひとりの性格を考えながら子どもが取り組もうとしていることをしっかりと把握していかなければならない。積極的に遊びに関わりあう子、そうでない子等多様多様である。それらすべての子ども一人ひとりの現状をよく観察し、肯定的な声掛けをしていくことが求められるのである。

つまり、幼稚園教育要領<sup>(注13)</sup>に示される「いろいろな遊びの中で十分に体を動かす」「進んで戸外で遊ぶ」「様々な活動に親しみ、楽しんで取り組む」ことが重要であり、それぞれの年齢において、ある特定の運動を必ずマスターさせる指導ではなく、様々な運動を楽しみながら、様々な動きができるようにすると共に、教師自身が幼児の望ましい生活経験の必要性を理解・認識し、継続的に取り組むことができる保育計画を作成することが必要である。

また、家庭との連携は大変に重要なものである。保育園、幼稚園がどのような取り組みを行っているか、あるいは保護者がどのような希望をもっているのか相互理解を図るためにも、保護者との情報交換や保護者と幼児との活動の機会を設けたりすることを通じて、保護者の幼児期の教育に関する理解が深まるようにすると共に、幼児と一緒に体を動かす機会を幼稚園、保育園が提供し、親子で一緒に動く楽しさを体験・体感することも重要であろうし、家庭でもできることや、休日の過ごし方・遊びのヒントを積極的に伝えることによって、保育園、幼稚園と家庭が一体となって子どもの発達向上をサポートすることが望まれる。

### 第3節 小学校での取り組み

小学校になると、運動する子どもとしない子どもとに二極化する傾向が出てくる。また、体力の低下傾向が依然問題となっている。体育のカリキュラムは学習指導要領<sup>(注14)</sup>により学年別に細かく達成目標が定められている。1年生、2年生では、基本の運動（走・跳の運動遊び、力試しの運動遊び、器械・器具を使つての運動遊び、用具を操作する運動遊び、水遊び及び表現リズム遊び）とゲーム（ボールゲーム及び鬼遊び）である。学年が上がるにつれて器械体操や表現運動、水泳、陸上運動が加わる。これらを全員が一律にこなし、ある程度のレベルまで達成できることが望まれる。小学校における体育は、そのほとんどが運動の実技指導となってくる。マット運動や跳び箱、鉄棒や短距離走等の身体的能力に関わる場合がほとんどである。運動のほとんどは、個人やチームで勝ち負けを競う、いわゆる成果主義に陥りがちである。身体運動は、実際にその姿が目に見えるものであり、「できる」「できない」がはっきりと分かれてしまう。「できない」がゆえに、強い意志をもって何度も失敗しながら学んでいく過程にこそ意味があるともいえるが、現実問題としてそれが苦痛となって「体育嫌い」になってしまう子どもたちが意外と多い。このことが、運動する子どもとしない子どもの二極化に大きな影響を与えている要因の一つである。

子どもの運動機能の発達には12歳までがピークとされている。ということは、運動機能の発達には小学校6年生までの体育が必要不可欠なのである。運動機能の中の一つに動作の習得がある。いわゆる巧緻性である。これは、神経機能のことであり、動作の習得率は9歳から10歳頃の時期をピークに、それ以降はだんだんと落ちてくる。つまり小学校3年生、4年生の時期に行われる体育の授業、家庭での運動経験が大切になってくる。例えば、スキーや登山、その他いろいろな運動経験により動作の習得が行われ、運動機能が発達するのである。巧みな技の習得がこの時期に適しているということであるから、多くのスポーツ、運動を体験させることが大人の役目である。

小学校体育の領域の中の基本の運動・ゲーム・器械運動等は、この時期に最適の運動といえ、しっかりと指導しておく必要がある。また、持久力は、13歳から14歳がピークである。これは心臓や肺の発達に関係してくるので、小学校の高学年、5年生、6年生の時期は持久力の育成がたいへん重要である。言い換えればこの時期には心臓や肺の機能を発達させる長距離走、マラソン等の運動を重点的に行い、長時間の運動に耐えられる身体づくりが必要になってくる。小学校で新体力テストの中に、持久走・20mシャトルランがあるのも当然である。

筋肉の発達も運動機能の領域で、これは15歳から16歳がピークである。これを発達させるための運動及び筋力トレーニング等は、この時期になってから行えばよいもので、小学校の段階でハードに行う必要はない。小学校のグラウンドで、休日や放課後に行われている社会体育のクラブで筋力トレ

ーニングをハードに行っている監督やコーチの姿を目にすることがある。あれでは小学生の身体を壊してしまうのではないか。こうした指導者たちが、子どもの運動機能の発達段階を熟知し、その年齢に合った効率のよい運動機能が習熟できる指導が行えるような教育を徹底させることも必要である。

このように、それぞれの運動機能のピーク時を考慮しながら運動に取り組んだり指導したりしていないと効率のよい身体づくりはできない。この時期までに、身体を動かす経験を十分にしていかなないと確実に運動機能の発達は遅れるか、習得するのに時間を多く費やすことになる。

幼児期・児童期に「運動遊び」「体育」が楽しいものであると自然と覚えさせることによって、ひいてはそれが、身体の実達や心の発達にもつながっていくことになる。

しかし、遊びや体育への取り組みに対して積極的に活動する子どもと消極的な子どもと、様々な幼児・児童がいることも現実である。自由な遊びや体育の授業を通して、多くの情報や刺激を得て、心身の発達ばかりではなく自発性や創造性の発達につながるのであれば、それをなし得る環境づくりを行っていくことが重要といえる。

## おわりに

子どもの仕事は「遊び」といわれるくらいに、「遊び」が幼児期から児童期の身体や精神の発達に大きな影響を与えている。

しかしながら、現代の社会情勢から「遊び」、特に、仲間同士での外遊びの機会が減少傾向にあり、それによって年相応の発達が不十分で、その能力が低下している。それゆえに、体操やリトミック等をお稽古事の一つとして行わせているケースもあるが、子どもに「体にいいからやりなさい」といくら言ってもすべての子どもが進んで行くとはい限らない。子どもにとっての運動とは、楽しみながら行える「遊び」なのである。これは、「自己決定にもとづく活動」であり、内発的動機で、子どもが自ら行う意欲をみせる活動である。だからこそ、「体を思い切り使う外遊び」が必要なのである。自由な運動遊びは、体力の向上ばかりでなく社会性の強化、創造性・集中力の強化等、子どもに様々な効果をもたらす。自由な運動遊びは、内容やルールが曖昧で自然発生的な活動であるがゆえに、仲間同士でルールを決め、役割分担をして行うために大人の関与や干渉を必要としない。

それらを考えるならば、子どもの身体機能の成長・発達は大人が中心となって行うのではなく、子どもの「本能的活動欲求」に任せながら、大人はそれを見守る、あるいはそれを喚起するような関わりあい方が必要なのである。

そのためにも、「運動遊び」や「体育」においては家庭と保育園（保育所）、幼稚園、小学校とで連携し合い、子ども目線で日々の活動や取り組みを行い、子どもたちの健全な心身の発達を促していくことが重要である。

## 注

- (1) 保育と幼児期の運動あそび 岩崎洋子編 吉田伊津美・朴 淳香・鈴木康弘著 萌文書林 2008年11月 P12
- (2) 平成26年(2014)人口動態統計(確定数)の概況 厚生労働省 2015年9月  
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei14/>



- (3) 平成 27 年国勢調査 就業状態等基本集計結果 総務省統計局 2017 年 4 月  
<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2015/kekka/kihon2/pdf/gaiyou.pdf>
- (4) 汐見先生の素敵な子育て「子どもの身体力の基本は遊びです」 汐見稔幸 旬報社 2008 年 1 月 P 47
- (5) 改訂新版 幼児の体育指導 勝部篤美編 学術図書出版社 1990 年 4 月 P 36～P 47  
体育がすきになる 5 分間話 山本貞美著 黎明書房 昭和 60 年 4 月  
等 参照
- (6) 幼児の動きづくり 桐生良夫編著 桐生敬子・安広美智子・山口亮子・佐々木晴美著 杏林書院 1997 年 3 月 P 1～P 2
- (7) 前掲書 幼児の動きづくり P 6
- (8) 注 (5) 前掲書
- (9) 前掲書 保育と幼児期の運動あそび P 13
- (10) 幼児期運動指針ガイドブック 文部科学省 2012 年 3 月  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/undousisin/1319772.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm)
- (11) 幼児期における運動発達と運動遊びの指導 ―遊びのなかで子どもは育つ― 杉原 隆・河邊貴子編著 ミネルヴァ書房 2014 年 5 月 P 146
- (12) よい動きを引き出すための幼児体育 青野光子・松本典子編著 遠藤知里・小黒美智子・西島大祐・平野朋枝・松本 尚共著 建帛社 2011 年 3 月 P 27
- (13) 幼稚園教育要領 第 2 章 ねらい及び内容 文部科学省 平成 20 年 4 月 幼稚園教育要領解説 フレーベル館 2008 年 10 月
- (14) 小学校学習指導要領 第 2 章 第 9 節 体育 平成 20 年 8 月 文部科学省 小学校学習指導要領解説 体育編 東洋館出版社 平成 20 年 9 月

(ウェブサイトの最終アクセス日 2017 年 5 月 1 日)

(とみもと やすし 初等教育学科)